

El próximo **sábado** **25 de mayo** realizaremos una caminata, el recorrido elegido será el de el **Güigüi**, con una distancia de

12

km

, un tiempo estimado de unas

6

h

. y de

dificultad media

/ALTA

.



El programa es el siguiente:

- La actividad es para **35 personas** y es para socios y NO socios
. Plazas limitadas

- Quedaremos el sábado 25 de mayo a las 6:30h en la entrada del pueblo, Fuente de Firgas, para salir a las 7:00h en punto.

- El precio es de 10€ para federados y de 12€ para no federados, que incluye el seguro para el que no lo tenga y el traslado en *guagua* y que tendrán que ingresar antes del miércoles

22 de mayo

en el siguiente número de cuenta:

2038 7198 51 6000017501

.

- Para apuntarse tienen que mandar un correo electrónico a info@clumonfi.r.es , siendo el miércoles les 22 de mayo

,

último día para apuntarse

, poniendo todos los datos personales de cada una de las personas que asistirán (

Nombre, fecha de nacimiento y DNI

), importante incluir si están federados

o no.

** Les informamos que pueden llevar ropa de baño y es aconsejable llevar bastones.*

Consejos prácticos

Para transitar por estos caminos es imprescindible

un buen calzado cómodo que evite resbalones, protector solar, así como sombrero que nos proteja del sol y de la luminosidad del medio día y un mínimo de 1,5 o 2 litro de agua. En cuanto al vestido, es recomendable ir provisto de chubasquero y de alguna prenda de abrigo; por lo demás, es conveniente que la ropa sea holgada y confortable. Es igualmente

aconsejable llevar alimentos que sean de fácil transporte y conservación, así como evitar cargas innecesarias.

Recomendaciones

*☐ *Evite la tentación de recolectar rocas,*

plantas o animales; así contribuirá a la conservación de estos parajes. De lo contrario, además, podría estar infringiendo las leyes.

** Evite dejar basura y otros desperdicios.*

** Sea especialmente cuidadoso con lo que pueda ser causa de incendio.*